

## RELIGIUSITAS DAN KECEMASAN MENGHADAPI UJIAN NASIONAL (UN) PADA SISWA MADRASAH ALIYAH

Ekka Nur Maisaroh <sup>1\*)</sup> dan Falasifatul Falah<sup>2)\*\*</sup>

<sup>1)2)</sup> Fakultas Psikologi Universitas Islam Sultan Agung Semarang

<sup>\*)</sup> E-mail : ekka.c3ce@yahoo.com

<sup>\*\*)</sup> E-mail : falasifatul.falah@gmail.com

---

### Abstrak

Ujian Nasional (UN) merupakan salah satu sumber penyebab kecemasan siswa. Penelitian ini menguji korelasi antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Semarang. Populasi dalam penelitian adalah siswa kelas XII MAN 1 Semarang, sedangkan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah cluster random yang menghasilkan 116 siswa sebagai sampel penelitian. Data diambil dengan dua alat ukur psikologi yaitu skala religiusitas dan skala kecemasan menghadapi UN, kemudian dianalisis dengan menggunakan teknik korelasi product moment yang menghasilkan koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) = - 0,430 dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ; sangat signifikan). Hasil analisis data tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang sangat signifikan antara religiusitas siswa dengan kecemasannya dalam menghadapi Ujian Nasional (UN), sehingga hipotesis dalam penelitian ini diterima. Hasil nilai koefisien determinasi sebesar 0,185 menunjukkan adanya sumbangan efektif religiusitas terhadap kecemasan menghadapi Ujian Nasional (UN) pada siswa. Nilai tersebut memiliki arti bahwa religiusitas memiliki kontribusi terhadap kecemasan menghadapi Ujian Nasional (UN) pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Semarang sebesar 18,5% sedangkan 81,5% yang lainnya dipengaruhi oleh variabel lain.

Kata kunci: religiusitas; kecemasan menghadapi Ujian Nasional (UN).

## RELIGIOSITY AND NATIONAL EXAMINATION (UN) ANXIETY AMONG STUDENTS IN THE STATE ISLAMIC HIGH SCHOOL

### Abstract

National Examination (UN) had become one of causal factors of students' anxiety. This study examined correlation between religiosity and National Examination (UN) anxiety among student in the State Islamic High School (MAN) 1 Semarang. The populations were 12<sup>th</sup> grade students in the State Islamic High School 1 Semarang. Samples were taken by cluster random sampling, resulted in 116 students as samples of study. Data were collected by two psychological measurement tools namely religiosity scale and UN anxiety scale, and then they were analyzed by product moment correlation technique. Data analysis was resulted in coefficient of correlation ( $r_{xy}$ ) = - 0,430 as  $p = 0,000$  ( $p < 0, 01$ ; very significant). This result showed that there was correlation between religiosity and UN anxiety, therefore the hypothesis was accepted. Determinant coefficient was 0,185, revealed that effective contribution of religiosity variable toward variable of UN anxiety among student in the State Islamic High School (MAN) 1 Semarang was 18, 5% whereas the other variables' contribution was 81, 5%.

Keywords: religiosity; UN anxiety

---

## **Pendahuluan**

Ujian Nasional (UN) merupakan salah satu sumber penyebab kecemasan pada siswa. Menurut sebagian siswa, Ujian Nasional adalah proses biasa yang wajib dilalui oleh siswa kelas XII, namun bagi sebagian yang lain Ujian Nasional bisa menjadi momok yang terus menghantui dan menjadi mimpi buruk. Marantika (2003) menyatakan bahwa ujian Ujian Nasional merupakan alat untuk mengukur seberapa jauh penguasaan siswa atas materi pelajaran yang telah dipelajari selama kurun waktu tertentu. Namun dalam pelaksanaannya, Ujian Nasional dirasa sangat memberatkan siswa karena beberapa hal antara lain standar yang tinggi dan materi yang bertambah.

Ujian Nasional (UN) sendiri, menurut definisi Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) merupakan "kegiatan pengukuran dan penilaian kompetensi peserta didik secara nasional pada jenjang pendidikan menengah" (BSNP, 2008). Hasil UN digunakan sebagai salah satu pertimbangan untuk pemetaan mutu satuan dan/atau program pendidikan; dasar seleksi masuk jenjang pendidikan berikutnya; penentuan kelulusan peserta didik dari program dan/atau satuan pendidikan dan pembinaan serta pemberian bantuan kepada satuan pendidikan dalam upaya peningkatan mutu pendidikan (BSNP, 2008).

Dalam perjalanannya, penyelenggaraan Ujian Nasional telah menimbulkan kontroversi, lebih-lebih setelah Mahkamah Agung (MA) mengeluarkan putusan yang melarang pelaksanaan Ujian Nasional, namun putusan tersebut tidak menyurutkan langkah Pemerintah untuk tetap melanjutkan pelaksanaannya. Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP) bersikeras menyelenggarakan Ujian Nasional 2010 dengan dasar Peraturan Pemerintah Nomor 19/2005 tentang Standar Nasional Pendidikan serta Peraturan Menteri Pendidikan Nasional (Permendiknas) Nomor 75/2009 tentang Ujian Nasional SMU dan SMP, dengan pertimbangan bahwa dalam penerapannya, evaluasi dan perbaikan penyelenggaraan Ujian Nasional akan dilakukan setiap tahun (<http://edukasi.compas.com/read/xml/2009/11/25/18595698>).

Pro dan kontra penyelenggaraan Ujian Nasional dilatarbelakangi oleh berbagai kasus, di antaranya masalah-masalah psikologis yang menimpa para peserta atau calon peserta Ujian Nasional, misalnya kasus-kasus bunuh bunuh diri di Semarang, Jawa Tengah, serta Situbondo, Jawa Timur, yang disinyalir terjadi karena para pelaku bunuh diri tersebut tidak mampu menanggung beban psikologis setelah gagal dalam Ujian Nasional (<http://suaramerdeka.com/v1/index.php/read/cetak/2009/06/2569530> dan <http://nasional.kompas.com/read/2008/12/01/18165596>). Selain itu banyak kasus siswa yang memiliki prestasi bagus di sekolah atau di tingkat nasional bahkan internasional ternyata gagal lulus Ujian Nasional.

Kondisi ini memicu kecemasan pada siswa yang akan menghadapi Ujian Nasional. Wawancara yang dilakukan pada beberapa siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Semarang pada bulan November 2009 mengungkapkan fenomena gejala kecemasan yang mengarah pada ketidakrasionalan, berkaitan dengan Ujian Nasional yang akan dihadapi para siswa tersebut. Kecemasan siswa yang tidak rasional tersebut dapat mengganggu pelaksanaan Ujian Nasional, sehingga juga mengganggu proses belajar siswa.

Fenomena kecemasan yang dialami oleh para siswa tersebut selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Hill (1980) yang melibatkan 10.000 siswa Sekolah Dasar dan Menengah di Amerika. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar peserta tes gagal mengeluarkan kemampuan yang sesungguhnya, karena kecemasan yang dipicu oleh situasi dan suasana tes. Sebaliknya para siswa memperlihatkan hasil yang lebih baik ketika unsur-unsur yang menyebabkan siswa berada di bawah tekanan psikologis dikurangi atau dihilangkan sama sekali. Hasil ini mengisyaratkan bahwa siswa yang menguasai materi yang diujikan berpeluang gagal memperlihatkan kemampuan yang sebenarnya karena kecemasan yang dialami saat menghadapi tes ([http://diana1asril.multiply.com/journal/aitem/21/Test\\_Anxiety\\_Sisi\\_Lain\\_dari\\_Ujian\\_Nasiona](http://diana1asril.multiply.com/journal/aitem/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasiona) l).

Kecemasan muncul karena siswa dibebani oleh pikiran dan bayangan kemungkinan-kemungkinan yang terjadi bila gagal dalam Ujian Nasional. Sejumlah resiko yang harus ditanggung siswa bila gagal dalam Ujian Nasional antara lain rasa malu, kerugian waktu, kerugian biaya, harus mengikuti ujian ulangan dan tidak dapat melanjutkan ke jenjang pendidikan yang lebih tinggi (Yuliasari, 2003).

Rahe dan Holmes (Trisandhya, 2007) mengatakan bahwa masa awal dan akhir sekolah dapat menjadi suatu peristiwa kehidupan yang dapat mengaktifkan kecemasan dalam diri seseorang. Davidoff (1991) lebih lanjut menyatakan siswa yang penuh kecemasan seringkali mengungkapkan bahwa pada saat ujian mereka seolah-olah tidak dapat mengingat pelajaran apapun yang telah dipelajari sebelumnya. Individu dengan taraf kecemasan yang hebat akan cenderung gagal dalam menghadapi kesulitan atau menghadap soal tes yang ambigu, dengan demikian individu tersebut akan merasa tertekan terutama ketika menghadapi ujian yang menentukan. Hal ini memungkinkan siswa yang cemas menghasilkan prestasi yang buruk di sekolah.

Kecemasan adalah perasaan yang dialami seseorang ketika berpikir bahwa sesuatu yang tidak menyenangkan akan terjadi, menimbulkan ketakutan, ketidakpastian, bingung atau merasa takut akan kesalahan (Priest, 1994). Kecemasan menurut Greist dan Jeverson (Dwita, dkk, 2002) adalah pengalaman manusiawi yang universal, suatu respon emosional yang tidak menyenangkan dan penuh kekhawatiran, suatu reaksi antisipatif serta rasa takut yang tidak terarah karena sumber ancaman atau pikiran tentang sesuatu yang akan datang tidak jelas dan tidak terdefiniskan.

Menurut Lazarus kecemasan adalah manifestasi dari berbagai emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika individu sedang mengalami tekanan perasaan yang tidak jelas obyeknya, tekanan-tekanan batin ataupun ketegangan mental yang menyebabkan individu kehilangan kemampuan penyesuaian diri (Effendi dan Tjahjono, 1999).

Atkinson (Effendi dan Tjahjono, 1999) menyatakan kecemasan dapat timbul jika ego menghadapi ancaman impuls yang tidak dapat dikendalikan. Kecemasan tidak selalu berdasar atas kenyataan, tetapi dapat juga hanya berdasarkan imajinasi individu. Kecemasan yang tidak rasional ini biasanya disebabkan oleh ketakutan individu akan ketidakmampuan diri sendiri.

Daradjat (1990) membagi gejala kecemasan menjadi dua, yaitu gejala fisik dan gejala mental; sedangkan faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Muchlas terdiri atas lima faktor yaitu sosiokultural, kemajuan ilmu dan teknologi, pendidikan; nilai moral; serta agama (Megawati, 1999)

Banyak ahli berpendapat bahwa agama atau religi mempunyai peranan yang sangat penting dalam kehidupan manusia. Penelitian ini sendiri bertujuan menguji korelasi antara religiusitas dengan dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional (UN) pada siswa Madrasah Aliyah Negeri 1 Semarang.

Sebagai catatan, Subandi (1988) pernah melakukan penelitian tentang hubungan antara kecemasan dengan tingkat religiusitas pada remaja, namun hasilnya tidak menunjukkan adanya hubungan yang signifikan.

### Metode

Variabel-variabel dalam penelitian ini adalah kecemasan menghadapi Ujian Nasional (variabel tergantung) dan religiusitas (variabel bebas).

Populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas XII MAN I Semarang yang akan menghadapi Ujian Nasional, sejumlah 407 siswa yang terbagi dalam 11 kelas.

Teknik pengambilan sampel dengan cara mengacak kelompok (*cluster random sampling*) digunakan dalam penelitian ini, hasilnya para siswa dari kelas XII IPA 3, XII IPS 1 dan XII BHS 1 menjadi sampel penelitian. Sebelumnya para 114 siswa dari kelas XII IPA 1, XII IPS 2 dan kelas XII BHS 2 menjadi subjek uji coba alat ukur (*try out*).

Data diambil di MAN 1 Semarang pada tanggal 13 Februari 2010 dengan menggunakan dua macam alat ukur psikologis yang sebelumnya (pada tanggal 28 Desember 2009) telah diuji coba.

Alat ukur yang pertama adalah Skala Kecemasan Menghadapi Ujian Nasional yang dipakai untuk mengambil data variabel tergantung. Alat ukur ini disusun berdasarkan indikator gejala kecemasan menurut Zakiah Daradjat (1990), yang terdiri atas dua komponen yaitu gejala fisik dan gejala mental. Rancangan awal alat ukur ini terdiri dari 60 aitem seperti yang tercantum pada tabel 1.

**Tabel 1. Rancangan Skala Kecemasan Menghadapi UN**

No	Gejala	Jumlah aitem		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>Unfavourable</i>	
1	Gejala Fisik	15	15	30
2	Gejala Mental	15	15	30
Total				60

Pengujian daya beda aitem pada alat ukur ini menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson yang kemudian dikoreksi dengan menggunakan koefisien korelasi *Part Whole*. Berdasarkan perhitungan daya beda aitem setelah uji coba, terdapat 53 aitem yang memiliki daya beda tinggi dan 7 aitem yang memiliki daya beda rendah dengan kriteria aitem yang memiliki koefisien aitem total ( $r_{ix}$ )  $\geq 0,30$ . Rentang koefisien daya beda aitem pada alat ukur ini berkisar antara 0,327 hingga 0,658. Estimasi reliabilitas alat ukur dilakukan

dengan menggunakan teknik *Alpa Cronbach* yang menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0,936.

Setelah dilakukan seleksi aitem berdasarkan tingginya daya beda aitem, skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional disusun ulang dengan komposisi sebagai berikut seperti tampak pada tabel 2.

**Tabel 2. Sebaran Nomor-nomor Aitem Baru Skala Kecemasan Menghadapi UN**

Gejala	Nomor Aitem		Jumlah Aitem		Total
	Fav	Unfav	Fav	Unfav	
Gejala fisik	1(5),5(9),9(13), 13(17),17(21), 21(29),25(33), 29(37),33(41), 37(45),41(49),45(53),48(57)	4(8),8(12),12(16), 16(24),20(36), 24(40),28(44), 32(48),36(52), 40(56), 44(60).	13	11	24
Gejala mental	2,6,10,14,18,22, 26,30,34,38,42, 46,49(50),51(54), 53(58).	3,7,11,15,19,23, 27,31,35,39,43, 47,50(51),52(55)	15	14	29
	Total		28	25	53

Keterangan :

( ) : No aitem uji coba

Alat ukur yang kedua adalah Skala Religiusitas yang dipakai untuk mengambil data variabel bebas. Alat ukur ini disusun berdasarkan Skala Religiusitas dari Risna Nurul Fadlilah (2009), yang telah dimodifikasi oleh peneliti. Skala ini disusun berdasarkan dimensi religiusitas dari Nashori dan Mucharam (2002) yang meliputi: dimensi akidah; dimensi ibadah; dimensi amal; dimesi ihsan; serta dimensi ilmu. Rancangan awal alat ukur ini terdiri dari 60 aitem seperti yang tercantum pada tabel 3.

**Tabel 3. Rancangan Skala Religiusitas**

No	Dimensi	Jumlah aitem		Jumlah
		<i>Favourable</i>	<i>unfavourable</i>	
1	Dimensi Akidah	6	6	12
2	Dimensi Ibadah	6	6	12
3	Dimensi Amal	6	6	12
4	Dimensi Ihsan	6	6	12
	Total	24	24	48
5	Dimensi Ilmu		12	12
	<b>Total</b>			<b>60</b>

Pengujian daya beda aitem pada skala religiusitas menggunakan teknik korelasi *Product Moment* yang kemudian dikoreksi dengan menggunakan koefisien korelasi *Part Whole*. Berdasarkan perhitungan daya beda item setelah uji coba, pada dimensi akidah, ibadah, ihsan dan amal yang terdiri dari 48 item terdapat 43 item yang memiliki daya beda tinggi dan 5 item yang memiliki daya beda rendah dengan kriteria koefisien item total ( $r_{ix}$ )  $\geq 0,30$ . Rentang

koefisien aitem total pada dimensi akidah, ibadah, ihsan dan amal berkisar antara 0,312 sampai 0,487. Pada dimensi ilmu yang terdiri dari 12 item terdapat 9 item yang memiliki daya beda tinggi dan 3 item yang memiliki daya beda rendah dengan kriteria koefisien aitem total ( $r_{ix}$ )  $\geq 0,30$ . Koefisien item total pada dimensi ilmu berkisar antara 0,307 sampai 0,524. Estimasi reliabilitas alat ukur terhadap skala religiusitas dilakukan dengan menggunakan teknik *Alpa Cronbach* pada dimensi akidah, ibadah, ihsan dan amal yang menghasilkan koefisien reliabilitas sebesar 0,887, sedangkan koefisien reliabilitas dimensi ilmu besarnya 0,706.

Setelah dilakukan seleksi aitem berdasarkan tingginya daya beda aitem, skala religiusitas disusun ulang dengan komposisi sebagai berikut seperti tampak pada tabel 4.

**Tabel 4. Sebaran Nomor-nomor Aitem Baru Skala Religiusitas**

Dimensi	Nomor Aitem		Jumlah Aitem		Total
	Fav	Unfav	Fav	Unfav	
Dimensi Akidah	1,2(5),5(6),6(9), 9(10)	3,4,7,8,10(11), 11(12)	5	6	11
Dimensi Ibadah	1,2,13,14,25	7,8,19,20,29(31), 30(32)	5	6	11
Dimensi Amal	3,4,15,16,26(27), 27(28)	9,10,21,22, 31(33)	6	5	11
Dimensi Ihsan	5,6,17,18(29), 28(30)	11,12,23,24, 32(35)	5	5	10
	Total		24	24	43

Dimensi	Nomor Aitem	Total
Dimensi Ilmu	1(2),2(3),3(4),4(6),5(8),6(9),7(10),8(11),9(12).	9

Keterangan :

( ) : No aitem uji coba

Estimasi reliabilitas pada penelitian ini dilakukan dengan metode estimasi penyajian tunggal yaitu penyajian satu bentuk skala yang dikenakan hanya sekali saja pada kelompok subjek (*single-trial administrations*). Alasan digunakan pendekatan ini karena dengan menyajikan satu skala hanya sekali, maka problem yang mungkin timbul pada pendekatan reliabilitas dapat dihindari. Adapun teknik yang digunakan untuk mengestimasi reliabilitas adalah *Alpha Cronbach*, sedangkan analisis data untuk menguji korelasi antara kedua variabel menggunakan teknik korelasi *Product Moment* dari Karl Pearson.

### Hasil dan Pembahasan

Data penelitian diuji normalitas sebarannya dengan menggunakan teknik *One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test*. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada tabel 5 dibawah ini.

**Tabel 5. Uji Normalitas**

Variabel	K-SZ	Sign	P	Keterangan
Kecemasan menghadapi UN	1,175	0,127	> 0,05	Normal
Religiusitas	0,954	0,323	> 0,05	Normal

Hasil analisis uji normalitas menunjukkan bahwa koefisien K-SZ pada skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional besarnya 1,175 dengan signifikansi = 0,127 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data kecemasan menghadapi UN berdistribusi normal. Sedangkan koefisien K-SZ pada skala religiusitas adalah 0,954 dengan signifikansi = 0,323 ( $p > 0,05$ ). Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebaran data religiusitas berdistribusi normal.

Uji linearitas pada distribusi skala religiusitas dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional menghasilkan  $F_{lin} = 25,933$ ;  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ), yang menunjukkan bahwa hubungan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional dalam penelitian ini linear atau kedua variabel tersebut membentuk garis lurus.

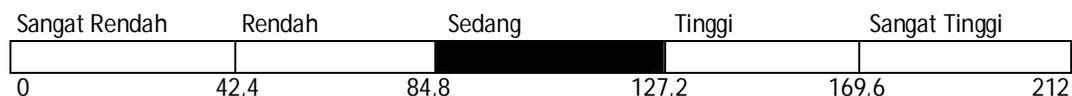
Hipotesis penelitian ini diuji dengan teknik korelasi *product moment* dari Karl Pearson. Uji korelasi ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel religiusitas dengan variabel kecemasan menghadapi Ujian Nasional. Berdasarkan uji korelasi antara kedua variabel diperoleh  $r_{xy} = -0,430$  dengan  $p = 0,000$  ( $p < 0,01$ ; sangat signifikan) yang bermakna ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional, dengan demikian maka hipotesis diterima. Koefisien determinasi menghasilkan  $R^2 = 0,185$  yang menunjukkan bahwa sumbangan efektif variabel religiusitas terhadap variabel kecemasan menghadapi Ujian Nasional sebesar 18,5%, sedangkan sisanya 81,5% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti atau dilibatkan dalam penelitian ini.

Deskripsi data yang diperoleh dari skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dapat dilihat pada tabel 6.

**Tabel 6. Deskripsi Skor Data Skala Kecemasan Menghadapi UN**

Skor	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	55	0
Skor maksimum	141	212
Mean	103,36	106
Standart Deviasi (SD)	21,083	35,33

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subjek dalam penelitian ini, maka dapat dilihat bahwa rentang skor subjek pada skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional berada dalam kategori sedang yaitu 103,36 (berdasarkan mean empirik). Rentang skor skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dapat dilihat pada gambar 1.

**Gambar 1. Rentang Skor Skala Kecemasan Menghadapi UN (Berdasarkan Skor Hipotetik)**

Kategorisasi skor subjek pada skala kecemasan menghadapi Ujian Nasional dapat dilihat pada tabel 7.

**Tabel 7. Kategorisasi Skor Skala Kecemasan Menghadapi UN**

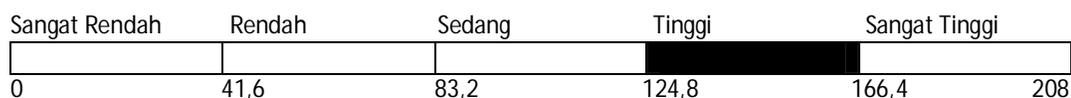
Rentang Skor	Jumlah Subyek	Kategorisasi
0 – 42,4	0	Sangat Rendah
43 – 84,4	25	Rendah
85 – 127,2	83	Sedang
128 – 169,6	8	Tinggi
170 -212	0	Sangat Tinggi

Sedangkan deskripsi skor skala religiusitas dapat dilihat pada tabel 8.

**Tabel 8. Deskripsi Skor Data Skala Religiusitas**

	Empirik	Hipotetik
Skor minimum	119	0
Skor maksimum	188	208
Mean	160,27	104
Standart Deviasi (SD)	16,265	34,66

Berdasarkan norma kategorisasi dengan distribusi normal kelompok subyek dalam penelitian ini, maka dapat dilihat bahwa rentang skor subjek pada skala religiusitas berada dalam kategori tinggi yaitu 160,27 (berdasarkan mean empirik). Rentang skor skala religiusitas dapat dilihat pada gambar 2.



**Gambar 2. Rentang Skor Skala Religiusitas (Berdasarkan Skor Hipotetik)**

Kategorisasi skor subjek pada skala religiusitas dapat dilihat pada tabel 9.

**Tabel 9. Kategorisasi Skor Skala Religiusitas**

Rentang Skor	Jumlah Subyek	Kategorisasi
0 – 41,6	0	Sangat Rendah
42 – 83,2	0	Rendah
84 – 124,8	4	Sedang
125 – 166,4	67	Tinggi
167 - 208	45	Sangat Tinggi

Berdasarkan hasil analisis data dengan teknik korelasi *product moment* diperoleh hasil koefisien korelasi antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional adalah  $r_{xy} = -0,430$  dengan  $p = 0,000$ ; ( $p < 0,01$ ), dengan demikian hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini diterima yaitu terdapat hubungan negatif dan sangat signifikan antara religiusitas dengan kecemasan menghadapi Ujian Nasional pada siswa. Makin tinggi religiusitas maka

makin rendah kecemasan menghadapi Ujian Nasional pada siswa, begitu pula sebaliknya makin rendah religiusitas maka makin tinggi kecemasan siswa dalam menghadapi Ujian Nasional.

Hasil penelitian ini sejalan dengan pendapat yang dikemukakan oleh Taylor (Yusuf, 2004) bahwa agama mempunyai dampak positif dalam meredakan kecemasan, menyehatkan mental, dan menurunkan stres. Pendapat tersebut didukung oleh Hawari (1997) yang mengatakan bahwa individu yang religius atau individu yang memiliki religiusitas yang tinggi tentu memiliki pedoman atau daya tahan yang lebih baik dalam manajemen cemas yang dihadapi.

Sendiony (Hawari, 1997, h.127) menyatakan bahwa pengalaman agama dapat meningkatkan derajat kesejahteraan seseorang sehingga bebas dari stres, kecemasan dan depresi (*a state of wellbeing*), sedangkan Daradjat (Subandi, 1988, h.14) mengemukakan bahwa religiusitas dapat memberikan jalan bagi manusia untuk mencapai rasa aman serta bebas dari rasa takut atau cemas dalam menghadapi persoalan hidup.

Hal ini selaras dengan penelitian yang dilakukan oleh Bergin, Masters dan Richards (Astuti, 1999) yang menunjukkan bahwa individu yang memiliki religiusitas intrinsik (dalam arti benar-benar menginternalisasi kepercayaan agama mereka dan hidup dengan aturan agama secara tulus dan ikhlas) dapat berfungsi secara normal, maka individu akan mampu menyesuaikan diri dengan baik dan jarang mengalami kecemasan.

Shalih (2007, h.79) mengatakan bahwa cara yang efektif mengurangi rasa cemas adalah dengan bergantung kepada Allah SWT dan menyerahkan semua urusan kepada Allah. Ketika individu menyadari bahwa Allah mampu melakukan semuanya, dan Allah menyediakan pilihan untuk hamba-Nya dalam menjalankan urusannya dengan cara yang telah ditetapkan, maka hamba-Nya dapat menjalankan urusannya lebih baik. Dengan demikian jika seorang siswa benar-benar menyerahkan segala urusannya pada Tuhan maka kecemasannya dalam menghadapi Ujian Nasional akan berkurang.

Hawari (1997, h.18) mengatakan bahwa individu yang memiliki religiusitas yang tinggi tentu memiliki pedoman dan daya tahan yang lebih baik. Agama dapat memantapkan kembali jiwa siswa yang mengalami kebimbangan-kebimbangan.

Jersild dan Cole (Subandi, 1988) mengatakan bahwa agama akan memberikan kepastian dan kepercayaan diri, serta meningkatkan rasa aman dan mencegah rasa cemas atau panik pada remaja. Siswa yang memiliki religiusitas yang tinggi tidak akan mengalami kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional, sebaliknya siswa yang memiliki religiusitas yang rendah cenderung mudah untuk mengalami kecemasan dalam menghadapi Ujian Nasional.

Keterbatasan penelitian ini adalah sistem dan otoritas kancah penelitian yang membuat peneliti tidak bisa sepenuhnya mengendalikan situasi dan kondisi lapangan sesuai kebutuhan penelitian.

### **Kesimpulan dan Saran**

Penelitian ini menghasilkan kesimpulan bahwa ada hubungan negatif yang sangat signifikan antara kecemasan menghadapi Ujian Nasional dengan religiusitas. Makin tinggi religiusitas maka makin rendah kecemasan menghadapi Ujian Nasional, begitu pula sebaliknya makin rendah religiusitas maka makin tinggi kecemasan menghadapi Ujian Nasional. Adapun

sumbangan efektif variabel religiusitas terhadap variabel kecemasan menghadapi Ujian Nasional besarnya 18,5%,

Siswa disarankan untuk memperkokoh religiusitas yang dimilikinya mengingat religiusitas berpengaruh terhadap kecemasan siswa dalam menghadapi UN. Sedangkan orang tua sebagai figur dekat dan penting yang mempunyai peran utama dalam mendidik anak disarankan untuk lebih memperhatikan aspek keberagaman dalam pengasuhan dan pendidika anak sehari-hari sehingga aspek religiusitas anak tumbuh dan meningkat dengan optimal. Adapun pihak sekolah yang terlibat langsung dalam pelaksanaan Ujian Nasional diharapkan melibatkan aspek-aspek religius dalam proses pendidikan sehari-hari, misalnya dengan menumbuhkan suasana religius di sekolah, memberikan sentuhan spiritual dengan menggerakkan siswa untuk berdoa dan beribadah di antara jam-jam belajar di sekolah, selain tentunya pihak sekolah wajib memberikan pendidikan agama pada siswa secara optimal.

Peneliti lain yang berminat mengadakan penelitian dengan topik senada disarankan untuk memperhatikan faktor lain yang mungkin berpengaruh terhadap kecemasan menghadapi UN, misalnya kultural, moral, pendidikan, sosial, lingkungan, emosional, keturunan, usia, frustrasi dan lain sebagainya.

#### **Daftar Pustaka**

- Astuti, Y. D. 1999. Hubungan Antara Religiusitas dengan Gaya Penjelasan Pada Mahasiswa Muslim. *Psikologika*. Nomor 8. Tahun IV 1999, h. 39-49.
- Badan Standar Nasional Pendidikan (BSNP). 2008. *Prosedur Operasi Standar (POS) Ujian Nasional (UN) Sekolah Menengah Atas/Madrasah Aliyah (SMA/MA) Tahun Pelajaran 2008/2009*. Jakarta:Dinas Pendidikan Nasional.
- Daradjat, Z. 1990. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung.
- Davidoff., L. L. 1991. *Psikologi Suatu Pengantar*. Edisi Kedua. Alih Bahasa: Mari Juniati. Jakarta : Erlangga.
- Dwita, A dan Natalia, J. 2002. Pengaruh Musik Terhadap Kecemasan Penderita Katarak Menjelang Operasi. *Anima, Indonesian Psychological Journal*. Vol. 17, no. 2, h.179-195.
- Effendi, R.W dan Tjahjono, E. 1999. Hubungan Antara Perilaku *Coping* dan Dukungan Sosial dengan Kecemasan pada Ibu Hamil Anak Pertama. *Anima*. Vol.14, no.54, h. 215-221.
- Hawari, D. 1997. *Alquran dan Ilmu Jiwa*. Yogyakarta: Mizan Press.
- Marantika, L. 2003. *Upaya Optimalisasi Kegiatan Belajar Mengajar*. Bandung: Rosda Karya.

Megawati, D. V. 1999. Kecemasan Terhadap Hal-hal yang Mistik Ditinjau dari Religiusitas Remaja Putri di Pemukiman Perkuburan dan Pemukiman Non Perkuburan. *Skripsi* (tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Khatolik Soegijapranata.

Nashori, F dan Mucharam, R. D. 2002. *Mengembangkan Kreativitas dalam Perspektif Psikologi Islami*. Jogjakarta: Menara Kudus.

Priest, R. 1994. *Bagaimana Cara Mencegah dan Mengatasi Stress dan Depresi*. Semarang: Dahara Prize.

Subandi. 1988. Hubungan Antara Tingkat Religiusitas Dengan Kecemasan Pada Remaja. *Laporan Penelitian*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi Universitas Gadjah Mada Departemen Pendidikan dan Kebudayaan.

Trisandhya, M. 2007. Psikosomatis Pada Mahasiswa yang Akan Menempuh Ujian Skripsi Ditinjau Dari Kecemasan Menghadapi Ujian. *Skripsi*. (tidak diterbitkan). Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Khatolik Soegijapranata.

Yuliasari, D. 2003. Kecemasan Remaja Akan Kegagalan Studi Ditinjau Dari Persepsi Terhadap Permisivitas Pola Asuh Orang Tua. *Skripsi*. Semarang: Fakultas Psikologi Universitas Khatolik Soegijapranata.

Yusuf, M.A. Tasawuf dan Upaya Integrasi Diri. *Jurnal Tzakiya*. Vol.2, no.2, h.106-117.

<http://edukasi.compas.com/read/xml/2009/11/25/18595698>

<http://suamerdeka.com/v1/index.php/read/cetak/2009/06/2569530>

<http://nasional.kompas.com/read/2008/12/01/18165596>

[http://diana1asril.multiply.com/journal/aitem/21/Test\\_Anxiety\\_Sisi\\_Lain\\_dari\\_Ujian\\_Nasional](http://diana1asril.multiply.com/journal/aitem/21/Test_Anxiety_Sisi_Lain_dari_Ujian_Nasional)